

**PERBEDAAN TINGKAT STRES MAHASISWA PROGRAM STUDI
KEDOKTERAN UNS ANGKATAN 2013 BERDASARKAN FREKUENSI
DAN DURASI MEMBACA AL-QUR'AN TINGGI DAN RENDAH**

NASKAH PUBLIKASI
Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran



RIZQY QURROTA A'YUN AZ-ZAHRA
G0011184

FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
2015

PENGESAHAN SKRIPSI

**Skripsi dengan Judul : Perbedaan Tingkat Stres Mahasiswa Program Studi
Kedokteran UNS Angkatan 2013 Berdasarkan Frekuensi dan Durasi
Membaca Al-Qur'an Tinggi dan Rendah**

Rizqy Qurrota A'yun Az-Zahra, NIM: G0011184, Tahun: 2015

Telah diuji dan sudah disahkan di hadapan **Dewan Penguji Skripsi**

Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta

Pada Hari Kamis, Tanggal 29 Januari 2015

Pembimbing Utama

Nama : **Machmuroch, Dra., MS**

NIP : 19530618 198003 2 002

.....

Pembimbing Pendamping

Nama : **Zulaika Nur Afifah, dr., M.Kes**

NIP : 19870928 20130201

.....

Penguji Utama

Nama : **Prof. Dr. Aris Sudiyanto, dr., Sp.KJ (K)**

NIP : 19500131 197603 1 001

.....

Penguji Pendamping

Nama : **Margono, dr., M.Kes.**

NIP : 19540915 198601 1 001

.....

Surakarta,

Ketua Tim Skripsi

Ketua Program Studi

Ari Natalia Probandari, dr., MPH, PhD
NIP 19751221 200501 2 001

Maryani, dr., M.Si, Sp.MK
NIP 19661120 199702 2 001

PENGESAHAN SKRIPSI

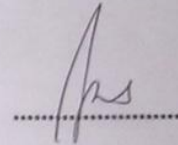
**Skripsi dengan Judul : Perbedaan Tingkat Stres Mahasiswa Program Studi
Kedokteran UNS Angkatan 2013 Berdasarkan Frekuensi dan Durasi
Membaca Al-Qur'an Tinggi dan Rendah**

Rizqy Qurrota A'yun Az-Zahra, NIM: G0011184, Tahun: 2015

Telah diuji dan sudah disahkan di hadapan **Dewan Penguji Skripsi**
Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta
Pada Hari Kamis, Tanggal 29 Januari 2015

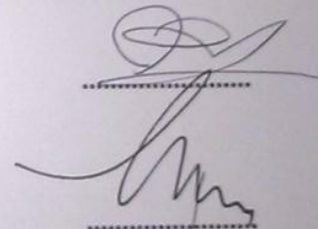
Pembimbing Utama

Nama : **Machmuroch, Dra., MS**
NIP : 19530618 198003 2 002



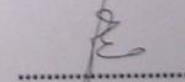
Pembimbing Pendamping

Nama : **Zulaika Nur Afifah, dr., M.Kes**
NIP : 19870928 20130201



Penguji Utama

Nama : **Prof. Dr. Aris Sudiyanto, dr., Sp.KJ (K)**
NIP : 19500131 197603 1 001



Penguji Pendamping

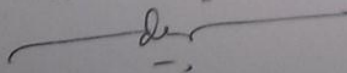
Nama : **Margono, dr., M.Kes.**
NIP : 19540915 198601 1 001

11 FEB 2015

Surakarta,

Ketua Tim Skripsi

a.n.



Ari Natalia Probandari, dr., MPH, PhD
NIP 19751221 200501 2 001



Maryani, dr., M.Si, Sp.MK
NIP 19661120 199702 2 001

PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan penulis tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surakarta, Januari 2015

Rizqy Qurrota A'yun Az-Zahra

NIM. G0011184

ABSTRAK

Rizqy Qurrota A'yun Az-Zahra, G0011184, 2015. Perbedaan Tingkat Stres Mahasiswa Program Studi Kedokteran UNS Angkatan 2013 Berdasarkan Frekuensi dan Durasi Membaca Al-Qur'an Tinggi dan Rendah. Skripsi. Fakultas Kedokteran. Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Latar Belakang: Mahasiswa kedokteran merupakan salah satu subjek yang rentan terhadap berbagai stresor yang ada. Membaca Al-Qur'an memiliki efek terapi menurunkan tingkat stres seseorang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat stres Mahasiswa Program Studi Kedokteran UNS angkatan 2013 berdasarkan frekuensi dan durasi membaca Al-Qur'an.

Metode Penelitian: Penelitian menggunakan desain *cross sectional* dengan sampel berjumlah 123 Mahasiswa Muslim Program Studi Kedokteran UNS angkatan 2013. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner frekuensi dan durasi membaca Al-Qur'an dan kuesioner *Depression Anxiety and Stress Scale* (DASS) 42. Analisis data menggunakan program SPSS 20.0 *for Windows* dengan uji t tidak berpasangan dan uji Mann Whitney.

Hasil Penelitian: Didapatkan ada perbedaan signifikan ($p = 0.011$) antara frekuensi membaca Al-Qur'an dengan tingkat stres. Didapatkan juga bahwa tidak ada perbedaan signifikan antara durasi membaca Al-Qur'an dengan tingkat stress ($p = 0.834$).

Simpulan Penelitian: Terdapat perbedaan antara tingkat stres Mahasiswa Program Studi Kedokteran UNS angkatan 2013 berdasarkan frekuensi membaca Al-Qur'an. Namun, tidak terdapat perbedaan tingkat stres Mahasiswa Program Studi Kedokteran UNS angkatan 2013 berdasarkan durasi membaca Al-Qur'an. Perlu dilakukan penelitian lanjutan dengan mengendalikan variabel luar yang dapat memengaruhi tingkat stres.

Kata kunci: tingkat stres, frekuensi, durasi, Al-Qur'an, mahasiswa kedokteran

ABSTRACT

Rizqy Qurrota A'yun Az-Zahra, G0011184, 2015. The Difference Level of Stress between Medical Students of UNS 2013 Based on Frequency and Duration of Reciting Al-Qur'an. Mini Thesis. Faculty of Medicine. Sebelas Maret University Surakarta.

Background: Medical students is susceptible subject whom exposure by various stressors. Reciting Al-Qur'an has therapy effect of reducing the level of stress. This study aims to determine difference levels of stress between medical students of UNS 2013 based on frequency and duration of reciting Al-Qur'an.

Methods: The study used a cross-sectional design with 123 medical students of UNS 2013. Data collection tools were of frequency and duration of reciting the Quran personal questionnaire and Depression Anxiety and Stress Scale (DASS) 42. The data was analyzed with SPSS 20.0 for Windows using t-test independent and Mann Whitney test method.

Result: It was found that there was a significant difference ($p = 0.011$) based on frequency of reciting the Qur'an and the level of stress. It also found that there was no significant difference based on duration of reciting the Qur'an and the level of stress ($p = 0.834$).

Conclusions: There was a significant difference between frequency of reciting Al-Qur'an and level of stress in medical student of UNS 2013. There was no significant difference duration of reciting Al-Qur'an and level of stress in medical student of UNS 2013. Further studies is needed to control the external variables which can influence the level of stress.

Keywords: level of stress, frequency, duration, Al-Qur'an, medical students

PRAKATA

Alhamdulillah puji syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi dengan judul "Perbedaan Tingkat Stres Mahasiswa Program Studi Kedokteran UNS Angkatan 2013 Berdasarkan Frekuensi dan Durasi Membaca Al-Qur'an Tinggi dan Rendah".

Penulisan skripsi ini ditujukan untuk memenuhi salah satu syarat menempuh gelar Sarjana Kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.

Penelitian ini dapat terlaksana berkat adanya bimbingan, petunjuk, dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Zainal Arifin Adnan, dr., Sp.PD-KR-FINASIM selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Maryani, dr., Sp.MK selaku Ketua Prodi Kedokteran.
3. Ari Natalia Probandari, dr., MPH, PhD. selaku Ketua Tim beserta Kusmadewi Eka D, dr. dan Bu Enny, SH, Bapak Sunardi selaku Tim Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.
4. Machmuroch, Dra., MS dan Zulaika Nur Afifah, dr., M.Kes selaku pembimbing I dan pembimbing II. Terimakasih atas bimbingan dan motivasi yang telah diberikan.
5. Prof. Dr. Aris Sudiyanto, dr., Sp.KJ (K) dan Margono, dr., M.Kes selaku penguji I dan penguji II.
6. Drs. Widardo, M.Sc selaku validator yang turut membantu memberikan masukan judul.
7. Orang tua saya H. Ir. Seno Hadi Sumitro, MH dan Dr. Hj. Falikhatun, SE, M.Si., Ak., adik-adik saya Khaerani MFA, Shofwatul IA, Tsabita PJA dan segenap keluarga atas dukungan moral dan doanya.
8. Sahabat-sahabatku Omi, Desy, Dyon, Hafika, Pungky, Wuryan, Sheilla, Arafii, Uli, tutorial b8, teman-teman Pendidikan Dokter 2011, teman-teman KKN Berahan Wetan, keluarga besar PHT SKI 2013/2014 Omi, Desy, Fika, Istna, Tia, Latifa, Anggra, Silvia, Ery, Angga, Bima, Darma, Farkhan, Adhe, Syukri, Itqan, dan Hernowo, serta PU-Lovers 2014 yang telah memberikan doa, dukungan, dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Teman-teman dan seluruh pihak yang telah memberikan semangat dan membantu pelaksanaan penelitian ini yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.

Penulis yakin masih banyak terdapat kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Oleh sebab itu, penulis mengharapkan saran, kritik, dan nasihat yang membangun guna kesempurnaan skripsi ini.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Surakarta, Januari 2015

Rizqy Qurrota A'yun Az-Zahra

DAFTAR ISI

PRAKATA	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Tinjauan Pustaka	
1. Stres	
a. Definisi Stres	5
b. Faktor Penyebab Stres	6
c. Respon Tubuh terhadap Stres	7
d. Tingkatan Stres	11
e. Stres pada Mahasiswa Kedokteran	11
2. Al-Qur'an	
a. Definisi Al-Qur'an	12
b. Al-Qur'an dalam Kesehatan	13
3. Membaca Al-Qur'an dengan Tingkat Stres	15
B. Kerangka Pemikiran	16
C. Hipotesis	16
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	17
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	17
C. Subjek Penelitian	17
1. Populasi Penelitian	17
2. Teknik Sampling dan Besar Sampel	18

D. Rancangan Penelitian	19
E. Identifikasi Variabel Penelitian	19
F. Definisi Operasional	20
G. Alat dan Bahan Penelitian.....	22
H. Cara Kerja	23
I. Analisis Data	24
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Subjek	25
B. Analisis Statistik	25
BAB V PEMBAHASAN	28
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan.....	33
B. Saran.....	33
DAFTAR PUSTAKA	34
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Deskripsi Sampel Berdasarkan Usia	25
Tabel 4.2 Uji T Tidak Berpasangan Variabel Frekuensi Membaca Al-Qur'an dengan Tingkat Stres	26
Tabel 4.3 Uji Mann Whitney Variabel Durasi Membaca Al-Qur'an dengan Tingkat Stres.....	27

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. *Ethical Clearance*

Lampiran 2. Formulir Biodata dan *Informed Consent*

Lampiran 3. Skala L-MMPI

Lampiran 4. Kuesioner *Depression Anxiety and Stress Scale* (DASS) 42.

Lampiran 5. Tabel Isaac dan Michael

Lampiran 6. Data Sampel Penelitian

Lampiran 7. Deskripsi Sampel SPSS 20.00 *for Windows*

Lampiran 8. Analisis Statistik Variabel Tingkat Stres dengan Frekuensi

Membaca Al-Qur'an

Lampiran 9. Analisis Statistik Variabel Tingkat Stres dengan Durasi Membaca

Al-Qur'an